

KW 33	GBG Menü 1	GBG Menü 2	GBG Vegetarisch
Montag 12.08.24	gebratenes Putensteak Gemüsesauce Nudeln Obst Milk,Sell a,a1	GBG Menü 2	Gemüsefrikadelle Gemüsesauce Nudeln Obst Eier,a,a1 Milk,Sell a,a1
Dienstag 13.08.24	Karottencremesuppe Brötchen Geflügelwürstchen Erdbeerquark a,a1,Milk,Sell a,Milk Milk	Bulgursalat Brötchen Fetakäse gebacken Erdbeerquark a,Milk Eier,a,a1,Milk Milk	Karottencremesuppe Brötchen Vegt Würstchen 2 Stück Erdbeerquark a,a1,Milk,Sell a,Milk Eier,Soja,a,a1 Milk
Mittwoch 14.08.24	Rotbarschfilet Zitronenbittersauce Kartoffeldrillinge Bunte Salatauswahl Obst 13 Eier,a,a1,Fisc,Milk Milk	Grießbrei Kirschen Obst a,Milk	Gemüsebagel 2 St Zitronenbittersauce Kartoffeldrillinge Bunte Salatauswahl Obst Eier,a,a1 Milk
Donnerstag 15.08.24	Rinderbraten Rahmsauce Vegetarisc Mini Kartoffelklöße Leipziger Allerlei Vanillepudding a,Milk Milk	3 Stück Kartoffelpuffer 2 St Apfelmus Vanillepudding Eier,a,a1 Milk	Gemüseschnitzel Rahmsauce Vegetarisc Mini Kartoffelklöße Leipziger Allerlei Vanillepudding Eier,Senf,a,Sell a,Milk Milk

1=mit Farbstoff

a=Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
a1=Weizen-Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme sowie darau

Eier=Eier und daraus hergestellte Erzeugnisse
Fisc=Fisch und daraus hergestellte Erzeugnisse

13=mit Milcheiweiß

Milk=Milch und daraus hergestellte Erzeugnisse / inkl.Lactose
Sell=Sellerie und daraus hergestellte Erzeugnisse

Senf=Senf und daraus hergestellte Erzeugnisse
Soja=Soja und daraus hergestellte Erzeugnisse

🐄 Rindfleisch

🐔 Geflügel

Änderungen vorbehalten!

KW 33		GBG Menü 1			GBG Menü 2			GBG Vegetarisch					
Nährwert	100g/ml	Portion		% ETB	100g/ml	Portion		% ETB	100g/ml	Portion		% ETB	
Montag 12.08.24	BE	0,12	0,60		1 %				0,12	0,60		1 %	
	kca	121 kcal	592 kcal		30 %				104 kcal	507 kcal		25 %	
	kJ	509	2.492		30 %				436	2.137		25 %	
	Fett	3 g	14 g		21 %				2 g	8 g		12 %	
	KH	14,27 g	69,90 g		57 %				17,94 g	87,90 g		72 %	
	GsFs	1 g	4 g		18 %				0 g	1 g		6 %	
	Zuc	2 g	10 g		21 %				4 g	17 g		35 %	
	Ball	1 g	4 g		15 %				2 g	9 g		31 %	
	Eiw	9 g	44 g		68 %				3 g	16 g		25 %	
Dienstag 13.08.24	BE	0,10	0,55		0 %	0,21	1,18		1 %	0,10	0,55		0 %
	kca	70 kcal	385 kcal		19 %	151 kcal	833 kcal		42 %	98 kcal	545 kcal		27 %
	kJ	221	1.213		14 %	554	3.065		37 %	337	1.880		22 %
	Fett	2 g	14 g		21 %	10 g	58 g		87 %	4 g	25 g		37 %
	KH	9,47 g	51,90 g		42 %	7,55 g	41,76 g		34 %	9,48 g	52,88 g		43 %
	GsFs	2 g	9 g		36 %	5 g	30 g		126 %	2 g	10 g		40 %
	Zuc	3 g	19 g		38 %	4 g	22 g		44 %	4 g	20 g		40 %
	Ball	1 g	6 g		20 %	1 g	6 g		21 %	1 g	6 g		20 %
	Eiw	2 g	12 g		19 %	6 g	35 g		55 %	5 g	25 g		40 %
Mittwoch 14.08.24	BE	0,57	3,01		3 %	0,99	4,65		4 %	0,55	3,01		3 %
	kca	98 kcal	520 kcal		26 %	112 kcal	525 kcal		26 %	78 kcal	429 kcal		21 %
	kJ	411	2.179		26 %	469	2.203		26 %	327	1.796		21 %
	Fett	3 g	17 g		26 %	3 g	15 g		23 %	2 g	10 g		15 %
	KH	12,80 g	67,84 g		55 %	17,87 g	84,00 g		68 %	12,22 g	67,20 g		55 %
	GsFs	1 g	3 g		13 %	2 g	9 g		38 %	1 g	3 g		13 %
	Zuc	2 g	12 g		25 %	11 g	54 g		107 %	4 g	19 g		39 %
	Ball	1 g	4 g		13 %	0 g	2 g		7 %	2 g	11 g		36 %
	Eiw	4 g	21 g		33 %	2 g	10 g		16 %	2 g	12 g		19 %
Donnerstag 15.08.24	BE	0,12	0,65		1 %	0,82	3,27		3 %	0,14	0,65		1 %
	kca	106 kcal	581 kcal		29 %	120 kcal	481 kcal		24 %	103 kcal	488 kcal		24 %
	kJ	444	2.440		29 %	505	2.023		24 %	432	2.051		24 %
	Fett	4 g	20 g		30 %	4 g	17 g		26 %	3 g	16 g		24 %
	KH	8,61 g	47,33 g		39 %	17,40 g	69,79 g		57 %	13,61 g	64,66 g		53 %
	GsFs	2 g	10 g		40 %	2 g	8 g		34 %	1 g	6 g		25 %
	Zuc	2 g	12 g		24 %	7 g	30 g		60 %	3 g	14 g		29 %
	Ball	1 g	3 g		10 %	1 g	3 g		10 %	1 g	3 g		10 %
	Eiw	9 g	52 g		81 %	2 g	9 g		15 %	4 g	19 g		29 %

Broteinheiten (BE)
Energie (Kilokalorie (kca)
Energie (Kilojoule) (kJ)

Fett (Fett)
Kohlenhydrate
resor (KH)

Gesättigte Fettsäure (GsFs)
Zucker (gesamt) (Zuc)
Ballaststoffe (Ball)

Eiweiß (Protein) (Eiw)
Gesamt-Kochsalz (Salz)